Nr. 14. Cena 50 gr.



MŁODA MATKA





J. B. Greuze.

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

Pismo popierane przez Polskie Towarzystwo Pedjatryczne.

ROK I. NR. 14.



MŁODA · MATKA



DWUTYGODNIK · POŚWIĘCONY · ZDROWIU I · WYCHOWANIU · DZIECKA · DO · LAT · SIEDMIU
POPIERANY-PRZEZ-POLSKIE-TOWARZYSTWO-PEDJATRYCZNE

DRUGI ZESZYT PAŹDZIERNIKOWY 1927 R.

TREŚĆ NUMERU:

Błogosławiona siła słońca i powietrza leczy dzieci gruźlicze w klinice dr. Rolliera w Leysin w Szwajcarji.

JAK ZAPOBIEC DUROWI BRZUSZNEMU

W przedostatnim numerze „Młodej Matki“ podaliśmy szereg wskazówek, dotyczących zapobiegania czerwonce.

Obecnie zajmiemy się kwestją tyfusu czyli duru brzusznego, kwestją bardzo aktualną ze względu na trwającą w chwili obecnej epidemję.

Tyfus powoduje pewien dawno już znany zarazek t. zw. lasecznik duru. Znajdujemy go w obfitej ilości w kale oraz moczu osobnika chorego i dlatego wydzieliny te uważane są słusznie za najniebezpieczniejsze dla zdrowego otoczenia. W złych warunkach sanitarnych zarazek duru łatwo może przedostać się do wody bieżącej lub źródlanej, a nawet do wodociągowej i tą drogą może się stać przyczyną wielkiej epidemji, obejmującej wsie i miasta.

Z wodą zarazek duru przedostać się może do produktów żywnościowych jak jarzyny, mleko, mięso i t. p., a fakt ten daje nam pojęcie, jak trudną jest walka z durem w złych warunkach sanitarnych w mało uświadomionem środowisku.

Ścisła izolacja osobnika chorego i odkażanie jego wydalin jest zasadniczym postulatem walki z durem brzusznym. Pozostawienie chorego w domu możliwem jest tylko, gdy pozwalają na to warunki sanitarne, a mianowicie oddzielny pokój, kanalizacja w mieszkaniu oraz uświadomienie otoczenia co do konieczności zachowania czystości.

Na uwagę zasługuje jeszcze w epidemjologji duru fakt, iż ozdrowieńcy po tyfusie przez dłuższy czas są nosicielami zarazka, co utrudnia niezmiernie walkę z szerzeniem się epidemji.

Walka z durem brzusznym stała się znacznie łatwiejszą od czasu wprowadzenia szczepień ochronnych. Przez kilkakrotne zastrzykiwanie zawiesiny zabitych bakteryj tyfusowych wywołujemy odporność trwającą około pół roku. Wyniki szczepień ochronnych były nader pomyślne w okresie wielkiej wojny, gdyż w ten sposób udało się zabezpieczyć od choroby miljonowe armje. Znacznego uproszczenia doznała metoda uodporniania przeciw durowi dzięki pracom Besredki i innych badaczy, którzy zauważyli, iż podając doustnie zabite i odpowiednio przygotowane bakterje osiąga się odporność.

Statystyka uodpornień, których w Polsce dokonano około 100 tysięcy, a we Francji około pół miljona, wykazuje, że uodpornianie tą metodą daje lepsze wyniki, niż za pomocą zastrzyków podskórnych.

Metoda Besredki przedstawia wielką korzyść, gdyż nie wywołuje żadnych objawów bolesnych ani następstw szkodliwych.

Odporność nabyta trwa około roku. Dawka zapobiegawcza składa się z 4 pigułek, które spożywa się w ciągu 4 dni, najlepiej naczczo (co-

dzień 1 pigułkę). Diety podczas stosowania szczepionki nie zachowuje się.

Dla dzieci do lat 5 można stosować tylko 2 pigułki, podając przez 4 dni codzień połowę. Dzieci do lat 2 naogół nietrzeba szczepić, gdyż przypadki duru brzusznego w tym wieku należą do rzadkości.

Szczepionkę Besredki przygotowuje z zabitych i wysuszonych bakteryj Państwowy Zakład Higjeny.

Reasumując wszystko to, co wiemy o epidemjologji duru brzusznego i szczepieniach ochronnych, zapamiętajmy tych kilka przykazań:

1. Chorych na dur należy izolować.

2. Wydaliny jak najdokładniej odkażać płynami dezynfekującemi (lizol).

3. Pić wodę tylko przegotowaną, a surową tylko filtrowaną.

4. Artykuły spożywcze przykrywać, aby uchronić przed muchami, które przenoszą zarazki.

5. Dokładnie myć ręce przed jedzeniem.

6. Uodpornić dzieci i wszystkich domowników szczepionką doustną według Besredki.

Dr. Paweł Baumryter.

CZY NALEŻY OBAWIAĆ SIĘ PARALIŻU DZIECIĘCEGO

Pisma codzienne biją na alarm z powodu choroby, grożącej nam a zwłaszcza naszym dzieciom. Strach ogarnia ludzi, matki rozpaczają. Dobrze jest znać niebezpieczeństwo, w obliczu którego mamy się znaleźć. A więc przedewszystkiem, czy jest to choroba nowa? Bynajmniej, lekarze oddawna znają dokładnie cierpienie panujące nagminnie w obecnej chwili w Rumunji i w niektórych miastach Niemiec. Jest to tak zwana choroba Heine - Medina (nazwiska dwu lekarzy, którzy po raz pierwszy opisali ją dokładnie), nosząca jeszcze nazwę „paraliżu dziecięcego“ dlatego, że przedewszystkiem ofiarą jej padają dzieci, które w następstwie cierpienia wykazują paraliż (bezwład) rąk, nóg lub nawet całego ciała; wreszcie trzecia nazwa choroby brzmi: „zajęcie rogów przednich rdzenia“ (poliomyelitis) — nazwa naukowa, mówiąca o tem, że cierpieniu ulegają pewne okolice mlecza pacierzowego.

O tem, że choroba nie jest nową, że od dziesiątków lat zbiera ofiary wśród naszego społeczeństwa, wiedzą z własnego doświadczenia te matki, które z rozpaczą w sercu patrzą na ścieńczałą nóżkę lub rączkę swego dziecka.

Nie było roku, aby kilkanaście, a nawet kilkadziesiąt takich przypadków nie zdarzyło się w naszem mieście. Nieszczęście więc, o którem tyle mówią obecnie, nie jest nowe, zawsze groziło ono dzieciom naszym w słabszym lub silniejszym

stopniu; a dla ofiary cierpienia, dla obezwładnionego dziecka i zrozpaczonej matki, obojętnem jest, czy choroba dotknęła ich jedynie, czy też i wiele innych osób, czy panuje sporadycznie, czy nagminnie.

Choroba z początku objawia się dosyć niewinnie: rozstrój żołądka i kiszek albo kaszel, katar i ból gardła nie wzbudzają ani u matki ani u lekarza poważniejszych obaw. Dopiero na 2-gi, 3-ci lub 4-ty dzień pojawia się niemożność poruszania nóżkami i rączkami, występuje właściwy paraliż dziecięcy. W dalszem stadjum niektóre części ciała znów odzyskują władzę i zręczność, inne zaś zaczynają chudnąć gwałtownie tak, iż z pulchnej rączki, nóżki dziecięcej pozostaje niekształtny patyk powleczony skórą. Dziecko staje się kaleką nieraz na życie całe.

Rzadziej choroba od samego już początku ma cechy groźne: silny ból głowy, bolesność ciałka tak duża, że dziecko płacze, kiedy je przekładać w łóżeczku. Zaniepokojone otoczenie odrazu widzi, że ma do czynienia z chorobą układu nerwowego. Kto wie, czy przypadki takie nie są pomyślniejsze dla dziecka; jest ono leczone od pierwszych chwil, podczas gdy tamte lekkie — zaniedbywane.

Paraliż dziecięcy jest chorobą zakaźną to znaczy przenosi się przy pomocy zarazków, daje się wywoływać doświadczalnie (na małpach) drogą zastrzyknięcia do mózgu ich zarazków, znajdujących się w rdzeniu człowieka zmarłego na tę chorobę. Wystrzegać się jej zatem należy tak samo, jak i innych chorób zakaźnych: czystość rąk, ust i gardła, dobre samopoczucie dziecka (jego humor, apetyt, radość życia), przebywanie na świeżem powietrzu i odżywianie należyte — oto warunki zmniejszające obawę zarażenia się. Ludzie dorośli rzadziej podlegają tej chorobie niż dzieci, nie znaczy to jednak, iż nie mają zarazków w gardle, przeciwnie oni to najpewniej roznoszą je z miejsca na miejsce i, całując raz po raz usta dziecięce, — udzielają im nieświadomie choroby.

Ostatnio, dzięki postępom nauki, nie jesteśmy bezsilni wobec paraliżu dziecięcego. W pracowni Pasteur'a w Paryżu otrzymano surowicę leczniczą, której działanie, zdaniem francuskich lekarzy, ma być zbawienne, zwłaszcza, kiedy jest zastosowana w pierwszych dniach choroby. Amerykańscy uczeni uprościli sposób otrzymywania tej surowicy i twierdzą, że u wszystkich dzieci, którym dosyć wcześnie surowicę zastrzyknęli, wykazali wyzdrowienie bez paraliżu następczego.

Wielka to dla nas pociecha, że nie stoimy bezbronni wobec choroby, jakkolwiek starej, zawsze jednak groźnej dla dzieci. Może nas ona nawiedzić, gdyż jest podobno u sąsiadów, a zatem należy przed nią drzwi zamknąć, co uczyniły już władze czuwające nad naszem zdrowiem, sprowadzić surowicę leczniczą, co postanowiły już władze sanitarne, uzbroić się w potrzebne wiadomości i czuwać nad zdrowiem dziecka, pozwalając sobie raczej na zbytnią troskliwość, niż na zaniedbanie i przeoczenie.

Dr. N. Zandowa.

SŁÓW KILKA O WADACH WZROKU I ICH POPRAWIE

Oko — to ciemnia optyczna, w której objektywem jest soczewka oczna (wraz z przejrzystą rogówką i, wypełnioną cieczą wodnistą, komórką przednią), a płytce fotograficznej odpowiada tylna ściana gałki ocznej wraz z światłoczułą siatkówką. Jak każdy objektyw fotograficzny, soczewka oczna musi się znajdować w pewnej odległości od powierzchni światłoczułej, by obraz widziany wypadł wyraźnie.

Oko miarowe — to takie oko, które bez wysiłku widzi wyraźnie przedmioty dalsze. Stosunki optyczne w takiem oku odpowiadają warunkom ciemni optycznej (fotograficznej), ustawionej do zdjęć widoków. By aparatem fotograficznym, ustawionym do widoków, zrobić zdjęcie portretowe, trzeba koniecznie odsunąć powierzchnię światłoczułą od objektywu t. j. — rozsunąć miech aparatu. Tegoż samego dopiąć można zwiększeniem siły optycznej objektywu np. za pomocą dodania do objektywu nowej soczewki.

Oko ludzkie posiada zazwyczaj postać stałą, zbliżoną do kuli, i na żądanie nie może się rozciągać i zsuwać, jak ciemnia fotograficzna. Stąd, o ile widzi ono wyraźnie bez wysiłku przedmioty dalsze, to do widzenia przedmiotów bliskich i czytania musi się ono nastawić i przystosować odpowiednio t. j. akomodować. Nastawienie oka do bliży polega na tem, że skutkiem wysiłku mięśni śródocznych, soczewka oczna ulega zgrubieniu i daje obrazy wyraźne przedmiotów bliskich. Im bliższy przedmiot oko ogląda, tem potrzebuje większego wysiłku nastawczego.

I tu oko miarowe niezawsze z łatwością zdobywa się na ten wysiłek. Stwierdzone jest, że w dzieciństwie człowiek widzi i czyta z odległości nawet 5 cm. od oka, a około lat 42—45 nie może już sobie pozwolić na większy wysiłek nastawczy i czyta z odległości 75 cm. i dalej. Słowem, czytanie bliższe dla takiego oka staje się niemożliwe bez szkieł.

Długość przedniotylna oka miarowego wynosi około 20 mm. Jeśli oko jest dłuższe, to nie może ono widzieć przedmiotów dalszych i, podobnie jak aparat fotograficzny z rozsuniętym miechem, widzi tylko przedmioty bliskie. Oko dłuższe— to tak zwane oko krótkowzroczne. Jeśli soczewkę takiego oka nieco osłabimy, dodając odpowiednie szkło wklęsłe (zmniejszające), to takie oko często będzie i dalekie przedmioty widzieć zupełnie dobrze.

Oko krótsze niż 20 mm. nie jest w stanie widzieć dobrze bez wysiłku ani dalekich, ani bliskich przedmiotów — podobnie jak aparat fotograficzny ze zsuniętym miechem nie da nam wyraźnego zdjęcia. Ponieważ oko zwykle może wysiłkiem nastawczym zwiększyć swą siłę optycz-

ną, to do 40 lat oko takie zdaleka widzi dość dobrze. Do widzenia przedmiotów bliskich i czytania, oko takie musi więcej akomodować, stąd czytanie takiem okiem często jest bardzo utrudnione, szczególnie w gorszem świetle i praca zbliska w tych warunkach powoduje uporczywe bóle głowy. Oko takie nazywa się dalekowzroczne. Do widzenia wyraźnego oko takie potrzebuje do dali szkieł odpowiednich wypukłych i tem wypuklejszych, im oko jest krótsze. W wieku dziecięcym i młodym oko takie jest w stanie widzieć zdaleka i czytać zbliska z tem samem szkłem. W wieku starszym (po 40-ce) do pracy zbliska potrzebuje ono szkła silniejszego.

Dotąd mówiliśmy o oku, jako o kuli. Tymczasem często oko ma zarysy nieco owalne i skutkiem tego widzi np. wyraźnie linje pionowe, a niewyraźnie poziome. Oko takie nazywamy niezbornem czyli astygmatycznem. I takie oko zazwyczaj przy pomocy odpowiednich szkieł widzi bardzo dobrze.

Widzimy więc, że od postaci oka, od jego budowy — którą zresztą może tylko okulista określić — zależy, czy oko widzi dobrze, czy źle.

Budowa oka jest najczęściej wrodzona i podobnie, jak jedni ludzie mają głowę okrągłą, drudzy podłużną, inni znów szeroką, taksamo jedni mają oczy prawidłowo kuliste, miarowe, drudzy — oczy wydłużone, krótkowzroczne, a jeszcze inni — oczy zbyt krótkie, dalekowzroczne.

Zresztą postać oka czasem w ciągu lat i rozwoju się zmienia i często we wczesnem dzieciństwie oko dalekowzroczne z biegiem lat staje się miarowe lub nawet krótkowzroczne. Krótkowzroczność, szczególnie znaczniejsza, jest zwykle dziedziczna i czasem bywa spowodowana chorobami dzieciństwa, jak odra, koklusz, krzywica (choroba angielska).

W każdymbądź razie już od wczesnego dzieciństwa (np. około lat 4—5 a czasem i wcześniej) zwracać należy uwagę, jak dziecko patrzy i czy widzi.

O ile przy oglądaniu przedmiotów bliskich dziecko przybliża je do siebie, marszczy twarz, mruży oczy, zezuje, skarży się na bóle oczu i bóle głowy, to często oczy są nadwzroczne i szkła wypukłe, zalecone przez specjalistę, uchronią oczy od niepotrzebnego zmęczenia i od niedowidzenia.

Jeśli znowu dziecko (zwykle ponad lat 10) lubi drobne robótki, ogląda wszystko, zbliżając twarz do przedmiotu, mruży oczy przy patrzeniu wdal — to badanie ustali często w tych wypadkach krótkowzroczność.

Badanie i zastosowanie odpowiednich szkieł wklęsłych nietylko ułatwi widzenie, ale często umożliwi rozwój dalszy dziecka, zwiększy jego uwagę i ułatwi obserwację.

Widzimy stąd, że wady wzroku muszą być poprawiane odpowiedniemi szkłami, ułatwiającemi widzenie. Toteż czczym i szkodliwym przesądem jest unikanie szkieł w przypadkach, kiedy jest wada wzroku. Ci ludzie, którzy twierdzą, że kto już zacznie nosić szkła, musi nosić je do końca życia, mają rację, bo wady wzroku są zazwyczaj

stałę, a nawet często, pomimo szkieł, pogarszają się jeszcze. Przyzwyczajenie jednak do szkieł w wadach wzroku — to przyzwyczajenie do wyraźnego widzenia. Chodzenie i praca bez szkieł w tych przypadkach — to chodzenie i praca poomacku, którego nikomu zalecać nie należy.

W każdym więc przypadku złego widzenia u dziecka, obowiązkiem rodziców i opiekunów zrobić wszystko, by dziecko miało ułatwiony przez poprawę szkłami, prawidłowy rozwój narządu wzroku. W razie stwierdzenia wady wzroku, wzrok badać należy co rok względnie co pół roku, gdyż w wieku młodym budowa oka się zmienia i wada wzroku może się zmniejszyć, ustąpić lub zwiększyć. Szkła często trzeba po pewnym czasie zmienić na słabsze, czasem na silniejsze — a w niektórych przypadkach i usunąć zupełnie, lecz do tego musi okulista co pewien czas badać narząd wzroku.

Doc. Dr. Melanowski.



O NIEDOŻYWIANIU NIEMOWLĄT

Zasadą racjonalnego odżywiania niemowląt jest, aby każde z nich otrzymywało pożywienie stosownie do swego czysto indywidualnego zapotrzebowania. Tylko wtedy niemowlę ma zabezpieczony normalny rozwój, tak fizyczny jak i duchowy. Odchylenia od tej zasady mogą iść w dwu kierunkach — bądź przekarmiania, bądź niedożywiania. O przekarmianiu była już mowa na łamach naszego pisma.*) W niniejszej pogawędce poświęcimy kilka słów niedożywianiu niemowląt.

Odrazu na wstępie muszę zaznaczyć, że niedożywianie niemowląt stanowi w chwili obecnej zjawisko bardzo częste. Według obliczeń jednej z Warszawskich Stacyj Opieki nad Niemowlętami na 100 zapisywanych na stację niemowląt, przeciętnie 10 zdradza objawy niedożywiania lub wręcz głodzenia. Odsetek ten należy uważać za duży tem bardziej, że na prowincji sprawa ta nie przedstawia się lepiej.

Przyczyny tego zjawiska są liczne. Nas tu, rzecz prosta, będą specjalnie interesować te, które stwarza sama matka lub otoczenie jej, a których wpływ, dzięki uświadomieniu społeczeństwa, mógłby być znacznie zredukowany. Za najbardziej rozpowszechnioną z nich należy uważać t. zw. dietę kleikową, stosowaną

*) Nr. 12. Dr. R. Stankiewicz — O przekarmianiu niemowląt.

z powodu tych czy innych cierpień przewodu pokarmowego. Dziś, jak przed wielu laty, każda matka uważa za swój obowiązek w razie wystąpienia u jej dziecka biegunki, podanie mu środka czyszczącego, a następnie wzięcie go na t. zw. „dietę". Ta ostatnia sprowadza się do wycofania z menu dziecka mleka krowiego, jeśli było ono uprzednio żywione sztucznie, lub nawet pokarmu kobiecego, jeśli było karmione naturalnie, i zamiany ich na kleiki; prócz tego podaje się dziecku herbatę, rumianek i inne płyny obojętne. Tego rodzaju dieta równa się głodzeniu dziecka. Stosowanie głodówek 1—2 a nawet 3-dniowych u dziecka uprzednio zupełnie zdrowego nie jest dlań szkodliwe, a nawet odwrotnie— częstokroć należy je uważać za wskazane. Dlatego też z tego rodzaju ordynacją ze strony lekarzy - pedjatrów spotykamy się nader często. Zło zaś zależy od tego, że matki wspomnianą głodówkę przeciągają w nieskończoność. Przypadki, w których dietę kleikową stosuje się przez szereg tygodni a nawet miesięcy, nie należą do rzadkości. Dzięki temu dzieci kwitnące zdrowiem w związku z jakąś częstokroć błahą biegunką przeistaczają się w „trupki", a niekiedy wprost giną.

Doprawdy, trudno jest zrozumieć, dlaczego matki, częstokroć zupełnie inteligentne, tak zagładzają swe dzieci. Zdaje się największą rolę tu odgrywa przesadny strach przed złemi stolcami. Nie wynika stąd, że trzeba je bagatelizować. Nie wolno jednak z powodu biegunki zapominać o stanie ogólnym niemowlęcia, o jego mizernieniu z głodu — wtedy, gdy dziecko wprost rwie się do jedzenia. Jest to zasadniczym błędem, tem surowszym w skutkach że jak to później zobaczymy, dieta głodowa często podtrzymuje złe stolce niemowlęcia.

Również częstym błędem jest wielokrotne stosowanie środka czyszczącego w przebiegu trochę dłużej trwającej biegunki.

Drugą, nie mniej częstą przyczyną głodzenia niemowląt jest zbyt mała wydajność piersi karmicielki. W tych wypadkach mści się na matkach zbyt rzadkie posiłkowanie się wagą dla ustalenia, ile pokarmu niemowlę wypija. Błąd popełniany jest tem łatwiej, że często dobry wygląd matki a niekiedy „spokój" dziecka usypiają czujność otoczenia. Dla orjentacji podam, ile pokarmu wypija na dobę normalne niemowlę. Będą to dane przeciętne. W pierwszym miesiącu życia, poczynając już od 2-go tygodnia ilość wysysanego pokarmu wynosi koło 500—600 gr., w 2-gim miesiącu 700—900 gr., w 3-im 900 gr., od czwartego zaś 900—1000 gr. na dobę. Przy odżywianiu sztucznem ilości należnego pożywienia są mniej więcej takie same. Tutaj jednak decyduje jeszcze jakość stosowanej mieszanki.

Zdarza się niekiedy, że niemowlę nie przybywa na wadze, aczkolwiek ilości wysysanego pokarmu odpowiadają wyżej wymienionym danym przeciętnym. Dotyczy to zazwyczaj niemowląt, których wymagania pod tym względem są znacznie wyższe.

Inne przyczyny głodzenia niemowląt pomijam tu milczeniem, gdyż same rzucają się one w oczy matce i zmuszają ją do szukania pomocy u lekarza - pedjatry. Zresztą będą one tematem dla dalszych pogadanek.

Jak zachowują się dzieci głodzone? Naogół wyróżnia się śród nich 2 typy. U pierwszego daje się zauważyć zaparcie. Inne natomiast dzieci od głodzenia mają biegunkę, połączoną częstokroć z wymiotami. Rzecz oczywista, że jedne i drugie przestają normalnie przybierać na wadze. Biegunki, któremi reagują niektóre dzieci na głodzenie, są przeważnie mylnie przez matki interpretowane i dają powód do dalszych ograniczeń w diecie dziecka. Niemowlęta przeważnie bronią się przed głodzeniem, jak tylko mogą. Główną broń ich stanowi krzyk. To też maleństwa krzyczą często zaraz po jedzeniu, o ile było ono niedostateczne, nie wytrzymują do następnych jedzeń, budząc się i kwiląc znacznie wcześniej. Niektóre krzyczą bezustannie. W gorszych warunkach znajdują się dzieci słabe, wyniszczone, gdyż nie są one w stanie krzyczeć i zwrócić w ten sposób na siebie uwagę otoczenia. Dla matek są to często „idealne“ dzieci, jedyną wadą jest ich wychudzenie.

Skutki głodzenia niemowląt są bardzo poważne. Poza zaburzeniami ze strony przewodu pokarmowego i zrozumiałem zahamowaniem lub nawet obniżaniem się wagi, należy pamiętać o wzmożonej podatności głodzonych dzieci na infekcje, które znów pogarszają ich stan ogólny. W ten sposób nie należy się dziwić, że rok rocznie wiele tysięcy dzieci ginie na skutek głodzenia. Nie omylę się, jeśli powiem, że nawet śmiertelność niemowląt z powodu letnich biegunek w znacznym stopniu zależy od głodzenia dzieci.

A więc nie głódźmy dzieci! Kontrolujmy możliwie najczęściej za pomocą wagi ilości wysysanego przez niemowlęta pokarmu, ważmy je chociażby raz na tydzień, a zdołamy je ustrzec przed głodzeniem.

Dr. R. Barański.

ODPOWIEDZI NA LISTY RODZICÓW

1) **P. Jadwidze Badosińskiej z Radomia:** Listu, o którym mówi Sz. Pani, nie otrzymaliśmy.

2) **P. Strzałkowskiej z Białej Podlaskiej:** Jedynym środkiem, jaki można poradzić, jest jak najdłuższy pobyt dziecka na świeżem powietrzu. Wskazane jest zaszczepić ospę.

3) **P. R...ckiej z Warszawy:** Odpowiedź na list swój znajdzie Pani w artykule Dr. Zandowej, umieszczonym w tym samym numerze.

4) **P. Kuleszynie z Drobina:** Wskazane jest, aby Sz. Pani uodporniła swe dzieci. Przeciwdurową szczepionkę doustną można wypisać z Państwowego Zakładu Higjeny w Warszawie, Chocimska 24.

5) **Pani L. w Kowlu.** List z obszerną odpowiedzią wysłaliśmy pocztą.

Dziecko się śmieje

Gdy z kwietnego usteczek kielicha

nagle, tak bez powodu żadnego,

tylko dlatego, że się żyje,

śmiech tryśnie bezmglisty, perlisty,

kipi, musuje, prycha

wprost i z niczego,

nie pyta, czy uszy słyszą czyje

te wszechradosne za hlysty: —

to jest jak ręce rzucone na szyję,

praktyczny morał dźwięku muzycznego:

szczęście, co na nas czyha,

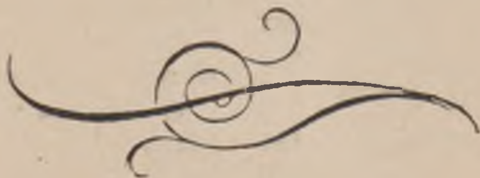
aniołów niewidzialne listy.

Już wiemy, jak puls życia bije;

że jest śmiech dziecka, a niema innego;

że cała mądrość życia była licha.

WITOLD HULEWICZ.



H. BOGUSZEWSKA.

SZKOŁA PRACY

— Co robi Halinka?

Halinka buduje groblę i mostek na kałuży po wczorajszym deszczu i żłobi łożysko kanału, żeby odprowadzić wodę do rowu. Jednem słowem Halinka nic nie robi, tylko grzebie się i maże w błocie.

— A Jurek?

Jurek dopasowuje kółka od już nie istniejącego wózka do jeszcze istniejącego samochodu. A ponieważ kółka są za duże, więc je obcina tępym scyzorykiem i zasypuje podłogę ostrużkami. Jurek nic nie robi, tylko zaśmieca podłogę.

Marysia wycina ze starych żurnalów całe rodziny, całe rody lalek i zasypuje wszystko skrawkami papieru.

Głos matki: Co ty wyrabiasz! Zaśmieciłeś cały pokój! Zabłociłaś sukienkę! Dość tego próżniactwa! Chodźcie na lekcję!

Nie chcą iść — jak strasznie nie chcą iść! Robią wszystko, co można, żeby opóźnić tę chwilę. Wkońcu zasiadają nadęte, niechętne, całą duszą pogrążone jeszcze w „próżniactwie", zgóry nastawione na nieuważanie. Zaczyna się lekcja, nie związana z życiem, nie płynąca z jego potrzeb, narzucona, nie wynikająca z upodobań, ani zainteresowań...

A gdyby zrobić tak: nie odrywać dzieci od tego, co matka nazywa próżniactwem, a co dla nich jest pracą radosną i twórczą? Od tego „babrania", wycinania i strugania? Halinka mogłaby z mokrego piasku ulepić łożysko Wisły czy też półwyspy, wyspy, zatoki i przylądki — i „babranie" zmieniłoby się w naukę geografji*). Jurek wystrugałby model drążka czy kołowrotu, a Marysia wycięłaby z tektury figury do geometrji!

Z tych robót wynikłaby później potrzeba dania odpowiednich napisów. Niema rady! Trzeba się nauczyć liter, z których składają się słowa: Wisła, drążek, trójkąt — Halinka, Jurek, Marysia! Na tej potrzebie oparłaby się nauka pisania, litery możnaby wyciąć z tektury, ulepić z gliny, pomalować**)...

Nauka przestałaby być czemś narzucanem, wynikałaby sama z potrzeb i upodobań dzieci. Wyzyskałoby się wrodzone skłonności dzieci, zabawa zmieniłaby się w pracę. A pracowałyby tak chętnie...

Na tych to podstawach i wyzyskaniu wrodzonych zdolności dzieci do pracy ręcznej i nawiązaniu nauki do życia — powstają w Europie (Finlandji, Szwecji, Szwajcarji, Belgji) Szkoły Pracy. W Polsce mamy taką jedną w Łodzi, drugą w Warszawie. Która z matek chciałaby się z tą zasadą bliżej zapoznać, niech przeczyta Szkołę Twórczą Rowida lub Szkołę pracy L. Zarzeckiego, lub Łunaczewskiego.

---

*) Wyłożyć dno szuflady lub płaskiego pudła niebieskim papierem, przykryć szybą — i to będzie woda. Wilgotny piasek — to ląd.

**) System Decroly'ego.

Z. ZAWISZA - KERNOWA.

Z TRAGEDYJ DZIECIĘCYCH

I. Samotność.

— Czy to pani jedyna pociecha?— pytam uprzejmie właścicielkę pensjonatu, głaszcząc po łebku chudego, osowiałego malca.

— O, tak! Bogu dzięki, nie mam więcej dzieci! — wykrzykuje sympatyczna pani ze szczególnym zapałem.

W toku dalszej rozmowy dowiaduję się, że ów ładny pensjonacik dla letników i turystów, w bardzo uczęszczanej miejscowości górskiej, w połączeniu z jakiemś jeszcze przedsiębiorstwem drzewnem, nie wystarczyłby absolutnie na wychowanie dwojga. A smutne, czarne oczy chłopczyka mówią coś całkiem innego, mówią, że tak jakoś źle samemu...

Dużo jest takich rodziców, którzy niczego nie żałują swemu dziecku, ale ich nie stać na jedno i to najważniejsze: na upragnionego braciszka czy siostrzyczkę. I nie sposób im wytłumaczyć, że to potrzebniejsze od zabawek, od lekcyj języków czy muzyki, od różnych nawet subtelności nowoczesnej higjeny, — że niejeden kuracyjny wyjazd stałby się zbędnym, gdyby dziecku dano, tą najprostszą drogą, nieodzowny czynnik zdrowia: radość życia!

Najbardziej „wzięty" pedjatra krakowski, dr. Bujak, uważa jedynactwo za główny podkład wielu niedomagań i chorób dziecięcych, ale rodzicom wydaje się to dziwactwem... Każdy jedynak czy jedynaczka (z wyjątkiem natur niezwykle szczęśliwie obdarzonych) — to predestynowany dziwoląg, sobie ni innym niemiły. Trudno żądać od pustelnika cnót społecznych, trudno oczekiwać, by roślina cieplarniana zaczęła odrazu dobrze róść na gruncie.

Wiem z doświadczenia, jak się nudzi osamotnione dziecko i jak zanudza swe otoczenie; wiem, jak niepokój podczas każdej jego choroby zaostrza się straszliwie świadomością, że to przecie skarb jedyny... Zbyt drastycznem byłoby porównanie z karzełkami czy błaznami na dawnych dworach, ale ostatecznie trzyma się takie stworzonko dlatego, że miłe i potrzebne sercu, nie zadając sobie trudu, by się wczuć w jego psychologję, w jego potrzeby. To też się ich nie widzi — i niejedna kochająca matka dziwi się ogromnie, czego jeszcze brak jej dziecku, dla którego ona wszystko możliwe czyni, tylko bólów porodowych znieść po raz drugi nie podejmie się za nic w świecie!

Bo są i takie kobiety: boją się cierpienia fizycznego ponad wszystko tak samo, jak ci mężczyźni, co wolą chybić najświętszego obowiązku, niż narazić się na rany i śmierć na wojnie. Roosevelt ma trochę racji: jest pewna analogja pomiędzy honorem żołnierza, a odważnem, radosnem samozaparciem matki.

Trudno dziś powtórzyć staroświeckie przysłowie, że dzieci, tak jak szklanek, nigdy w domu nie jest zadużo. Nasze stosunki społeczne zbyt się już skomplikowały, mało która zresztą kobieta potrafi dziś takiemu zadaniu podołać, mało która zechce zrezygnować ze wszystkich innych prac i ponęt życia... A jednak trzeba przypomnieć fakt niewątpliwy, że te liczne rodziny chowały się doskonale: samo społeczne działanie gromady dokonywało więcej, niż mądrości obecnej pedagogji. Poprostu dzieci wychowywały się wzajemnie, nieświadomie, przez codzienne przystosowywanie tak, jak to i dziś nieraz obserwujemy u rodzeństwa.

Tego cudownego czynnika nie zastąpi żaden w świecie system — jedynie obcowanie, od pierwszych lat życia, z równemi sobie istotami może wyrobić zalety społeczne, rodzinne, towarzyskie. Choćby rodzice nie wiem jak się starali ukrywać swe uczucia, „robić" surowość — jedynak będzie się zawsze czuł pierwszą osobą w domu i na to niema rady. Dla niego jednego chodzą wszyscy na palcach, gdy zasypia, jemu osobno gotuje się kaszki i jarzynki, dla niego tylko chowa się jakiś szczególnie piękny owoc... i dla nikogo, nikogo więcej nie zapalają się takie ciepłe ogniki w oczach matki. Starsi — to niby panowie sytuacji, ale poniekąd właściwie i słudzy... Oni sami mówią przecie, że dziecku należy się wszystko najlepsze — a tem jedynem dzieckiem w domu jest właśnie ono!

Ale sytuacja zmieni się zasadniczo, gdy w białym pokoiku przybędzie drugi, równoprawny mieszkaniec, gdy tą specjalnie przyrządzoną potrawą, tym przysmakiem, tą pieszczotą matczyną trzeba się już koniecznie z kimś podzielić, a nieraz nawet pohamować ochotę do hałaśliwej zabawy, aby maleństwa nie obudzić... Te drobniutkie wyrzeczenia, spełniane nad kolebkami młodszego rodzeństwa, to pierwsza, naturalna szkoła altruizmu, tu zachodzi czasem, u natur namiętnie uczuciowych, bolesny przełom pomiędzy zazdrością wyłączności, a prawdziwem kochaniem.

Jedynak nie musi stać się egoistą, choć ma do tego szczególnie sprzyjające warunki, ale brak mu zupełnie pola do ćwiczenia się w żywej praktyce altruizmu; nie nabywa nawyku tych zewnętrznych gestów, które są nieodzowne dla wyrażenia treści wewnętrznej. To też wiele kiedyś zazna od ludzi niezasłużonych w gruncie rzeczy „ciegów", zanim się nauczy okazywać im swe dobre uczucia!

Takie to wszystko proste, takie niby nawskroś znane, a przecie tylu ludzi trzeba jeszcze o tem przekonywać... Ba, potrafią nawet twierdzić niektórzy, że dziecku jest dobrze w tej ponurej samotności, jaką mu stworzyli!

Czasem jest to złudzenie zaślepionej miłości: zdaje się matce, że ogrom tego uczucia za wszystko starczy obojgu. A tymczasem, jakże rzadko potrafi wskrzesić jej oczom, choćby w mglistym zarysie, wizję tych pradawnych czasów, gdy ona sama widziała i odczuwała świat podobnie, jak dziś jej mała córeczka! Gdyby choć przez chwilę popatrzyła tam—

tym zapomnianym wzrokiem — pojęłaby zaraz, jak smutno jest dziecku, którego najistotniejsze przeżycia pozostają dla całego otoczenia tylko „zabawami“!

Ono przebywa we własnym, tęczowym kraju — my możemy tam tylko zajrzeć czasem, ukradkowo, aby stwierdzić z westchnieniem, że nas już odeń dzieli siedem gór przebytych walk i doświadczeń, siedem rzek wylanych łez... Jakże temu biedactwu musi być pusto, czasem nawet straszno pomiędzy nami! Plącze się po domu, jakby wśród cudzoziemców niezmiernie przychylnych, ale przecie obcych — i nawet im swojej nostalgji nie zdoła wyrazić... Uczymy go zczasem, potrochu, swego języka, porozumiewamy się w najprostszych sprawach dnia — ale całe bogactwo właściwej mowy tego ukochanego przybysza nie odsłania się nam nigdy.

Wyobraźmy sobie dla przykładu, że kogoś z nas, ludzi dojrzałych, wygnano na kilka lat na wyspę, zamieszkaną przez same dzieci albo zgrzybiałych starców!...

Mimo najsilniejszych obopólnych uczuć, nasze wewnętrzne obcowanie z dziećmi może być tylko cząstkowem — ich dusza będzie zawsze, choćby podświadomie, łaknęła jak chleba podobnych sobie umysłów i serc. Umysłów, dla których podłoga w salonie będzie w danej chwili, bez żadnej kwestji, wzburzonem morzem, serduszek, którym utrata ręki lalczynej stanie się, na jeden kwadrans, wstrząsającą tragedją. Nie łudźmy się, abyśmy im to dać potrafili... a znów to, co my dajemy, musi być umiejętnie dozowane, aby stało się wogóle „strawnem“. Nie jesteśmy, nie powinnyśmy być i nie będziemy nigdy „wszystkiem“ dla swoich dzieci — dobrze jest przyzwyczaić się odrazu do tej myśli. Wyłączność jest dziwnie przykrym zgrzytem w miłości macierzyńskiej, odejmuje jej wiele godności i czasu. Jej główną siłę stanowi wszak bezinteresowność, piękny gest rozpostartych opiekuńczo skrzydeł. Do nas należy być przedewszystkiem temi ofiarnemi, rozumnemi, niezmordowanemi opiekunkami powierzonych nam istnień. Jeśli potrafimy poza tem stać się przyjaciółkami, to nie zamykajmy przez to naszym dzieciom drogi do innych przyjaźni — nie drżyjmy ciągle o swój uczuciowy stan posiadania, bo miłość nasza musi być wyższą ponad to!

Zanim dziecko ruszy w świat — choćby do szkoły — aby wyrabiać sobie własne stosunki, powinno już koniecznie mieć możność stałego obcowania, stałą wymianę myśli z równymi sobie małymi ludźmi. Jest to jeden z najważniejszych — bez przesady — postulatów wychowania.

Najracjonalniejszym, bo naturalnym sposobem jego wypełnienia jest współżycie rodzeństwa; tam jednak, gdzie dalsze powiększenie rodziny jest, z ważnych jakichś względów, niemożliwe, można szukać innych środków. Przy średniej bardzo zamożności można przygarnąć dziecko jakiejś uboższej rodziny, oczywiście dobrze wprzód poznane i polubione, byle tylko je traktować narówni ze swojem! Znam zbliska wypadek, gdzie taki eksperyment udał się

nadzwyczajnie i ku obopólnemu pożytkowi, wytworzy zapewne trwałe, cenne węzły na całe życie.

Gdzie i to zbyt trudno zastosować, — trzeba się uciec do paljatywów jeszcze słabszych, a przecie lepszych znacznie, niż nic... Zaliczam do nich częste zgromadzanie u siebie obcych dzieci, byle nie ciągle innych, a starannie dobranych. Idzie o to, by takie wspólne zajęcia i zabawy nie sprowadzały się tylko do rozrywki, ale wytwarzały wszechstronne współżycie i pewne zżywanie się.

W tej lub innej formie uda się to zawsze, po kilku może mniej szczęśliwych próbach, jeśli wychowawca wie, czego chce i nie zraża się łatwo — jeśli naprawdę rozumie, że pomiędzy najlepszym ojcem a najczulszą matką dziecko pozostanie zawsze, w dużej mierze — samotne!

W najbliższym czasie wyjdzie z druku broszurka prof. dr. med. M. Michałowicza p. t. „Słońce, powietrze i woda w życiu dziecka"

KUCHNIA NIEMOWLĘCA

II. TWAROŻEK.

Wziąć:

250 gr. (¼ litra) mleka,

45 gr. (3 łyżki stołowe) wody gotowanej.

1. Wlać mleko do garnuszka i postawić w ciepłem miejscu, aby się zsiadło.

2. Zsiadłe mleko, ale nie przekwaszone, podgrzać trochę, aby oddzielił się twaróg.

3. Odsączyć twaróg od serwatki, przelewając podgrzane mleko przez sito.

4. Odsączony twaróg włożyć do płóciennego woreczka i przycisnąć ciężarkiem dla odsączenia pozostałej w twarogu serwatki.

5. Suchy prawie twaróg wyjąć z gałganka, włożyć do garnuszka i rozprowadzić 3 stołowemi łyżkami gotowanej wody.

6. Otrzymaną mieszaninę dokładnie wymieszać i przetrzeć przez sito, aby nie było krupek.

Uwaga: Twarożek nadaje się dla dzieci w czwartym kwartale ich życia w stanach biegunkowych. Stosować go można wyłącznie na zlecenie lekarza. Słodzimy twarożek zwykłym cukrem lub maltonem, zależnie od ordynacji lekarza.

Lucyna.

ZABIEGI

Bańki.

Bańki można stosować nawet u najmniejszych dzieci. Liczba od 10 do 20. Zabieg może z łatwością wykonać matka. Bańki umieszczamy w miednicy z ciepłą wodą (około 50° R.). Przygotowujemy obok w miseczce odrobinę spirytusu i loncik z waty nawinięty na patyk z drutu. Wyjmujemy lewą ręką z wody dwie bańki, prawą bierzemy lont, maczamy go w spirytusie i po strząśnięciu nadmiaru spirytusu zapalamy na świecy. Zbliżając rękę z bańkami do skóry (na plecach) umieszczamy na przeciąg sekundy płonący lont pod bańkę, następnie jak najszybszym ruchem przytykamy bańkę do skóry, usuwając jednocześnie szybko lont. Nie należy trzymać długo płonącego lontu pod bańką, gdyż inaczej rozgrzane ściany bańki mogłyby oparzyć skórę. To samo robimy szybko z następną bańką trzymaną w ręku, następnie wyciągamy z wody dalsze bańki i t. d. Cały zabieg ustawienia 10 — 15 baniek nie trwa dłużej, jak jedną minutę. Jeżeli bańka nie chce się trzymać skóry, to błąd polega na niezbyt szybkiem przeniesieniu bańki z płonącego lontu na skórę. Bańki pozostawia się na skórze około 10 minut. Zdejmuje się w ten sposób, że przechyla się bańkę w bok. W niektórych miejscach pod bańką powstają w skórze wynaczynienia krwi (plamki ciemno czerwone, nie ustępujące po ucisku palcem). Nie ma to żadnego ujemnego znaczenia; przeciwnie, niektórzy sądzą, że tym drobnym wynaczynieniom do skóry zawdzięczamy głównie lecznicze działanie baniek. Miejsce, w którem należy stawiać bańki, określa lekarz.

Dr. J. W.

Prosimy o odnowienie prenumeraty na bieżący kwartał

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24.
Konto P. K. O. 14555.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) — miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr.

Prenumeratę „Młodej Matki" przyjmują wszystkie księgarnie i urzędy pocztowe w kraju, nadto w Warszawie: Wypożyczalnia żurnali M. Szymańskiej, ul. Wspólna 52 m. 11, oraz Administracja pisma, ul. Górnośląska 20.

Wydawca E. Grocholska. **Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.**

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.